

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN
MENGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK
DI SMP NEGERI 2 WAWAY KARYA KECAMATAN
WAWAY KARYA LAMPUNG TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam Ilmu Dakwah dan
Ilmu Komunikasi

Oleh :

**RETNO WIDYANINGSIH
NPM. 1941040239**



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445H/2023M**

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN
MENGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK
MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK
DI SMP NEGERI 2 WAWAY KARYA KECAMATAN
WAWAY KARYA LAMPUNG TIMUR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 dalam Ilmu Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Oleh :

**RETNO WIDYANINGSIH
NPM. 1941040239**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Pembimbing I : Dr. H. Jasmadi, M.Ag

Pembimbing II : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1445H/2023M**

ABSTRAK

Membolos adalah tanggapan atau reaksi individu yang terwujud dalam gerakan meninggalkan pelajaran saat jam pelajaran berlangsung dan tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah. Seperti halnya peserta didik yang melakukan perilaku membolos di SMP Negeri 2 Waway Karya. Dalam hal ini, konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* yang dilakukan pada peserta didik memiliki peran penting untuk membantu mengurangi perilaku membolos peserta didik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif, jenis penelitian lapangan (*field research*), sifat dari penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Cara menentukan sumber data penelitian ini dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah keseluruhan peserta didik kelas VIII B yaitu 29 orang dengan beberapa kriteria, sumber data dalam penelitian ini berjumlah 5 orang yaitu 1 orang guru bimbingan dan konseling, dan 4 orang peserta didik. Metode pengumpulan data yang digunakan oleh penulis adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian ini diketahui bahwa konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling menggunakan tiga tahap, yaitu tahap awal konseling, guru bimbingan dan konseling harus membangun hubungan yang baik terlebih dahulu dengan peserta didik yang mengalami masalah, lalu memperjelas dan mengetahui masalah apa yang terjadi pada peserta didik. Setelah itu kemudian menafsirkan permasalahan yang dialami oleh peserta didik dan dilanjut dengan menegosiasikan kontrak konseling. Tahap pertengahan (tahap kerja), guru bimbingan dan konseling lebih mendalami masalah peserta didik. Tahap akhir konseling, ditahap ini guru bimbingan dan konseling membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling dan mengevaluasi jalannya proses konseling. Kesimpulan dari penelitian ini, pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos yang dilaksanakan terhadap peserta didik di SMP

Negeri 2 Waway Karya berjalan baik, sesuai harapan dan cukup efektif membantu peserta didik, karena peserta didik yang telah mengikuti konseling ini mengalami perubahan yang positif, tidak lagi melakukan perilaku membolos, sudah lebih rajin untuk masuk kelas dan mengikuti setiap mata pelajaran serta mulai bisa mematuhi tata tertib sekolah. Tetapi masih perlu ditingkatkan agar dapat meminimalisir peserta didik yang membolos.

Kata Kunci : Konseling Individu, Teknik *Behavior Contract*, Perilaku Membolos



ABSTRACT

Truancy is an individual response or reaction that manifests itself in the movement of leaving lessons during class time and not participating in the teaching and learning process at school. Like students who engage in truant behavior at SMP Negeri 2 Waway Karya. In this case, individual counseling using behavior contract techniques carried out on students has an important role to help reduce students' truant behavior. This research aims to determine the implementation of individual counseling using behavior contract techniques to reduce students' truant behavior at SMP Negeri 2 Waway Karya.

The method used in this research is a qualitative method, field research type, the nature of this research is descriptive qualitative. The way to determine the data source for this research is by using a purposive sampling technique. The total number of students in class VIII B is 29 people with several criteria, the data sources in this research were 5 people, namely 1 guidance and counseling teacher, and 4 students. The data collection methods used by the author are interviews, observation and documentation. The data analysis technique used is data reduction, data presentation, and drawing conclusions.

The results of this research show that individual counseling using behavior contract techniques to reduce students' truant behavior at SMP Negeri 2 Waway Karya carried out by guidance and counseling teachers uses three stages, namely the initial stage of counseling, guidance and counseling teachers must build a good relationship first. with students who are experiencing problems, then clarify and find out what problems are occurring with students. After that, we interpret the problems experienced by students and continue by negotiating a counseling contract. In the middle stage (work stage), guidance and counseling teachers delve more deeply into students' problems. The final stage of counseling, at this stage the guidance and counseling teacher makes conclusions regarding the results of the counseling process and evaluates the progress of the counseling process. The conclusion of this research is that the implementation of individual counseling using the behavior contract technique to reduce truancy behavior carried out on students at SMP Negeri 2 Waway Karya went well, according to expectations and was quite effective in helping students, because students who have participated in this counseling have experienced changes. positive, no longer engaging in

truant behavior, being more diligent in going to class and taking part in every subject and starting to be able to comply with school rules. But it still needs to be improved in order to minimize students' truancy.

Keywords: *Individual Counseling, Behavior Contract Technique, Truant Behavior*



SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Retno Widyaningsih
NPM : 1941040239
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur” adalah benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penulis.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan semestinya agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, Oktober 2023

Penulis,



Retno Widyaningsih

NPM. 1941040239

PERSETUJUAN

Judul : Pelaksanaan **Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur**
Nama : **Retno Widyaningsih**
NPM : **1941040239**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. H. Jasmadi, M.Ag
NIP. 196106181990031003


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP. 196909151994032002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam


Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd
NIP. 196909151994032002



**KEMENTERIAN AGAMA
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratnini Sukarame 1 Bandar Lampung 35131 ☎(0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur”** yang ditulis oleh **Retno Widyaningsih, NPM: 1941040239, Jurusan: Bimbingan dan Konseling Islam**, telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi pada Hari/Tanggal: Kamis, 30 November 2023, Pukul : 11.00-12.30 WIB, di Gedung Dekanat Lt. 3 Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Fitriyanti, MA 

Sekretaris : Umi Aisyah, M.Pd.I 


Penguji I : Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I 

Penguji II : Dr. H. Jasmadi, M.Ag 

Penguji Pendamping : Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd 

Mengetahui
Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi



Dr. H. Agus Syukur, M.Ag 

NIP. 196311011995031001

MOTTO

فَاسْتَقِمْ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا ۗ إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ

“Maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Dia Maha Melihat apa yang kamu kerjakan.”

(QS. Hud (11) : 112)



PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada orang-orang yang senantiasa ikhlas membantu dan mendukung penulis dalam setiap proses perjalanan menyelesaikan skripsi ini. Penulis persembahkan skripsi ini kepada:


1. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Banu Supriyono dan dan Ibunda Supriyati yang dengan tulus ikhlas penuh cinta, kasih dan sayang, merawat, menjaga, membesarkan, mendidik dan memberikan dorongan tulus penuh cinta serta tidak pernah lelah memanjatkan do'a yang dipanjatkan untuk penulis. Terimakasih atas kesabaran dan ketabahan hati kepada penulis selama ini, menjadi penguat dan pengingat paling hebat.
2. Adikku Wahyu Desta Pratiwi tersayang. Terimakasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini, terimakasih atas do'a, semangat yang selalu diberikan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Tumbuhlah menjadi versi terbaik, paling hebat adikku.
3. Keluarga besarku yang selalu mendo'akan dan memberikan semangat.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Retno Widyaningsih, dilahirkan di Ngestikarya Kecamatan Waway Karya, Kabupaten Lampung Timur, pada tanggal 10 November 2001, anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Banu Supriyono dan Ibu Supriyati.

Penulis mengawali pendidikan di TK Permata Bunda dan lulus pada tahun 2007. Kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Dasar di SD Negeri 2 Ngestikarya dan lulus pada tahun 2013. Kemudian melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 2 Waway Karya dan lulus pada tahun 2016. Selanjutnya melanjutkan ke jenjang Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Waway Karya dan lulus pada tahun 2019. Pada tahun 2019 penulis melanjutkan pendidikan Perguruan Tinggi di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung mendaftar pada jenjang Strata Satu (S1) serta terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Selama menjadi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung, penulis mengikuti kegiatan Kuliah Kerja Nyata-Dari Rumah (KKN-DR) di Desa Triharjo, Kecamatan Merbau Mataram, Kabupaten Lampung Selatan selama 40 hari pada bulan Juni 2022.



Bandar Lampung, Oktober 2023
Penulis,

Retno Widyaningsih
NPM. 1941040239

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirahim, segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat-Nya, sholawat beriring salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. dan juga keluarga, sahabat serta para umatnya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur”.

Tujuan dari penyusunan skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat guna untuk mendapatkan gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung. Selama proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Abdul Syukur, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
2. Ibu Dr. Hj. Sri Ilham Nasution, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung dan selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. H. Jasmadi, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing I, yang telah memberikan, motivasi, dorongan, arahnya serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung.
5. Seluruh pegawai Akademik Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

6. Bapak Adi Sucipto, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Waway Karya yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian.
7. Bapak Eko Prasetyo Aribowo, S.Pd, selaku guru BK serta peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 2 Waway Karya yang telah bersedia untuk diwawancarai, penulis mengungkapkan banyak-banyak terimakasih senantiasa membantu penulis dalam memberikan informasi dan data-data yang penulis butuhkan demi kelancaran dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kedua Orang Tua, Bapak Banu Supriyono dan Ibu Supriyati. Adikku Wahyu Desta Pratiwi serta keluargaku yang telah memberikan do'a dan dukungan luar biasa kepada penulis demi selesainya skripsi ini.
9. Sahabatku Diana Merta Ningtyas, Wiwik Fitriani, dan Sindi Oktavia yang tidak pernah lelah untuk membantu dalam setiap hal dan memberikan semangat serta dukungan kepada penulis agar bisa segera menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-temanku jurusan BKI angkatan 2019 khususnya BKI D yang telah berjuang bersama dalam masa perkuliahan.
11. Almamaterku tercinta UIN Raden Intan Lampung yang selalu menjadi kebanggaan yang telah menghantarkan dalam meraih pendidikan dan cita-cita.

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas kebaikan serta keikhlasan semua pihak yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini. Semoga semua bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal shaleh dan mendapat pahala dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat diterima, bermanfaat bagi pembaca serta dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Bandar Lampung, Oktober 2023
Penulis,

Retno Widyaningsih
NPM. 1941040239

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN	vii
HALAMAN PENGESAHAN	viii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
RIWAYAT HIDUP	xi
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	4
C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	9
H. Metode Penelitian.....	12
I. Sistematika Pembahasan.....	19

BAB II KONSELING INDIVIDU DENGAN MENGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS

A. Konseling Individu	23
1. Pengertian Konseling Individu.....	23
2. Tujuan Konseling Individu	24
3. Tahap-tahap Konseling Individu.....	26
4. Teknik Konseling Individu	33
B. Teknik <i>Behavior Contract</i>	41
1. Pengertian <i>Behavior Contract</i>	41
2. Prinsip Dasar <i>Behavior Contract</i>	43

3.	Tujuan <i>Behavior Contract</i>	43
4.	Manfaat <i>Behavior Contract</i>	44
5.	Tahap-tahap <i>Behavior Contract</i>	44
6.	Kelebihan dan Kekurangan <i>Behavior Contract</i>	45
C.	Perilaku Membolos.....	46
1.	Pengertian Perilaku Membolos	46
2.	Faktor Penyebab Perilaku Membolos.....	47
3.	Ciri-ciri Peserta Didik Yang Sering Membolos	49
4.	Dampak Negatif Perilaku Membolos	50

BAB III GAMBARAN UMUM SMP NEGERI 2 WAWAY KARYA KECAMATAN WAWAY KARYA LAMPUNG TIMUR

A.	Profil SMP Negeri 2 Waway Karya	53
1.	Sejarah Berdirinya SMP Negeri 2 Waway Karya	53
2.	Visi dan Misi SMP Negeri 2 Waway Karya	54
3.	Struktur Organisasi SMP Negeri 2 Waway Karya	56
4.	Daftar Guru dan Pegawai SMP Negeri 2 Waway Karya	56
5.	Sarana dan Prasarana SMP Negeri 2 Waway Karya	58
6.	Data Informan.....	59
B.	Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik <i>Behavior Contract</i> Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya	60

BAB IV PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK BEHAVIOR CONTRACT UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK

	Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik <i>Behavior Contract</i> Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik	77
--	--	----

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 81
B. Saran..... 83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Struktur Organisasi SMP Negeri 2 Waway Karya.....	56
---------	---	----



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Guru dan Pegawai SMP Negeri 2 Waway Karya	56
Tabel 2	Sarana dan Prasarana SMP Negeri 2 Waway Karya	59
Tabel 3	Perilaku Peserta Didik Sebelum Mengikuti Konseling Individu.....	70
Tabel 4	Perilaku Peserta Didik Setelah Mengikuti Konseling Individu.....	73



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Wawancara
Lampiran 2	Pedoman Observasi
Lampiran 3	Dokumentasi Di Lokasi Penelitian
Lampiran 4	Dokumentasi Data Pendukung
Lampiran 4.1	Dokumentasi Data Pendukung
Lampiran 4.2	Dokumentasi Data Pendukung
Lampiran 4.3	Dokumentasi Data Pendukung
Lampiran 5	Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi
Lampiran 6	Surat Keterangan Perubahan Judul Skripsi
Lampiran 7	Surat Izin Penelitian dari Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian dari PTSP Lampung Timur
Lampiran 9	Surat Balasan Persetujuan Penelitian Dari SMP Negeri 2 Waway Karya
Lampiran 10	Surat Keterangan Selesai Penelitian Dari SMP Negeri 2 Waway Karya
Lampiran 11	Kartu Bukti Hadir Munaqasyah
Lampiran 12	Kartu Konsultasi Skripsi
Lampiran 13	Hasil Cek Plagiarisme

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Sebelum penulis menguraikan pembahasan lebih lanjut, terlebih dahulu akan dijelaskan istilah dalam skripsi ini. Untuk menghindari kekeliruan bagi pembaca maka perlu adanya penegasan judul. Oleh karena itu, untuk menghindari kesalahan tersebut disini diperlukan adanya pembatasan terhadap arti kalimat dalam skripsi ini. Dengan harapan memperoleh gambaran yang jelas dari makna yang dimaksud. Adapun judul skripsi ini adalah “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur”. Adapun istilah-istilah dalam skripsi ini adalah sebagai berikut:

Pelaksanaan diartikan sebagai suatu usaha atau kegiatan tertentu yang dilakukan untuk mewujudkan rencana atau program dalam kenyataannya.¹ Pelaksanaan adalah suatu tindakan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara matang dan terperinci atau suatu proses, cara, perbuatan melaksanakan (rencana, keputusan).²

Berdasarkan pengertian-pengertian diatas, maka pelaksanaan merupakan aktivitas atau usaha yang dilaksanakan untuk melaksanakan semua rencana yang telah dirumuskan dan ditetapkan.

Konseling individu mempunyai makna spesifik yaitu pertemuan antara konselor dengan konseli secara individu atau perorangan, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi

¹ Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2006), 1076.

² Departement Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, Cetakan Ke Empat, (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2011), 774.

masalah-masalah yang dihadapinya.³ Konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.⁴

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas, maka konseling individu adalah pertemuan antara dua orang yang saling bertatap muka yaitu konselor dengan konseli yang sedang menjalani proses konseling dengan tujuan dapat membantu mengentaskan masalah konseli dapat memandirikan konseli dalam menghadapi masalah yang ada pada dirinya.

Behavior Contract (kontrak perilaku) merupakan proses mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang ingin dicapai berdasarkan kontrak dengan konselor.⁵ Menurut Latipun, *behavior contract* adalah kesepakatan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistik dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan yang berlaku, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan dari pada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.⁶

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas, maka *behavior contract* adalah terjadinya kesepakatan antara dua orang atau lebih dalam rangka melakukan kegiatan konseling untuk proses penyembuhan atau pencapaian tingkah laku yang ingin dicapai.

³ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 159.

⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2015), 105.

⁵ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2016), 172.

⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UPT UMM, 2008), 120.

Perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah.⁷ Menurut Mustaqim dan Wahid perilaku membolos adalah suatu bentuk perbuatan yang dilakukan peserta didik yang dengan sengaja meninggalkan pelajaran atau meninggalkan sekolah tanpa izin atau tanpa keterangan.⁸

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas, maka perilaku membolos merupakan sebuah perilaku meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa sepengetahuan pihak sekolah dan tanpa izin yang jelas pada saat pelajaran sedang berlangsung, dan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

SMP Negeri 2 Waway Karya beralamat di Jalan Hasan Basri Nomor 50, Desa Ngestikarya, Kecamatan Waway Karya, Kabupaten Lampung Timur. SMP Negeri 2 Waway Karya adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMP di Ngestikarya. Dalam menjalankan kegiatannya, SMP Negeri 2 Waway Karya berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka yang dimaksud dengan judul skripsi “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Menggunakan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur” adalah penelitian tentang konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* yang digunakan oleh guru BK sebagai bentuk penanganan bagi peserta didik kelas VIII B yang melakukan perilaku membolos untuk mengurangi perilaku membolos di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

⁷ Singgih Gunarsa, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 64.

⁸ Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, “Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya,” *Fokus*, Vol.3, No. 3 (2020): 104.

B. Latar Belakang Masalah

Seorang peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar di sekolah tidak akan lepas dari berbagai peraturan dan tata tertib yang diberlakukan oleh sekolah. Selain itu setiap peserta didik dituntut untuk dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan tata tertib yang berlaku disekolahnya. Kepatuhan dan ketaatan peserta didik terhadap berbagai aturan dan tata tertib yang berlaku disekolahnya itu biasa disebut tata tertib peserta didik. Peraturan tata tertib dan berbagai ketentuan lainnya yang berupa mengatur perilaku peserta didik disebut tata tertib sekolah. Pentingnya pendidikan di sekolah membuat personil sekolah menyadari arti pentingnya tata tertib yang harus dipatuhi oleh setiap anggota sekolah.

Tata tertib sekolah selalu dipandang sebagai dasar untuk berfungsinya sekolah umum dengan benar. Harapan umum bahwa penegakan tata tertib itu diperlukan peserta didik untuk belajar dan para guru diharapkan untuk mengadakan serta memelihara tata tertib sekolah yang baik.⁹ Sekolah yang tertib aturan akan menciptakan proses pembelajaran yang baik, sebaliknya pada sekolah yang tidak tertib kondisinya akan jauh berbeda. Pelanggaran-pelanggaran yang terjadi sudah menjadi barang yang biasa, apabila kondisi sudah demikian, maka cara memperbaiki keadaan akan tidak mudah. Hal ini diperlukan kerja keras dari berbagai pihak untuk mengubahnya sehingga berbagai jenis pelanggaran terhadap disiplin dan tata tertib sekolah tersebut bisa di cegah.

Berbicara mengenai perbaikan perilaku disekolah, peran konselor atau guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu dalam menangani permasalahan peserta didik khususnya pada ranah perilaku yang dapat merugikan peserta didik. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bagian dari pendidikan yang amat penting dalam upaya untuk memberikan bantuan (pemecahan-pemecahan masalah) motivasi agar peserta

⁹ Yulita Rintyastini, *Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), 67.

didik dapat mencapai tujuan pendidikan yang diharapkan. Konsep dasar bimbingan dan konseling yaitu memberikan bantuan dan pertolongan.

Konselor atau guru bimbingan dan konseling diharapkan dapat membantu peserta didik yang mengalami suatu permasalahan terkait dengan perbuatan yang dapat merugikan baik aspek pribadi maupun sosialnya. Salah satu perbuatan yang merugikan peserta didik dalam ranah pendidikan yaitu perilaku membolos. Perilaku membolos sebenarnya bukan merupakan hal yang baru lagi bagi banyak pelajar setidaknya mereka yang pernah mengenyam pendidikan sebab perilaku membolos itu sendiri telah ada sejak dulu. Tidak hanya di kota-kota besar saja peserta didik yang terlihat sering membolos, bahkan di daerah-daerah pun perilaku membolos sudah menjadi kegemaran.

Membolos sekolah ialah peserta didik yang dengan sengaja meninggalkan sekolah, karena tidak mau masuk kelas dengan alasan-alasan tertentu termasuk di dalamnya adalah peserta didik sering terlambat masuk kelas dan pulang sebelum waktunya, tidak kembali ke kelas setelah jam istirahat serta peserta didik yang membolos pada mata pelajaran tertentu, tergantung pada mata pelajaran yang kurang disukai. Jika perilaku membolos seperti yang dikemukakan diatas dibiarkan dan tidak ditanggulangi dengan segera tentu akan membawa kerugian bagi peserta didik yang bersangkutan. Kerugian nyata yang akan dialami peserta didik adalah menurunnya prestasi belajar karena jarang mengikuti pelajaran.

Peserta didik harusnya memanfaatkan waktu dimasa mudanya untuk menimba ilmu dan segala hal yang bermanfaat bagi dirinya, tetapi peserta didik yang melakukan tindakan membolos berarti menya-nyiakan waktu tersebut yang nantinya akan membawa kerugian dalam berbagai aspek. Disinilah peran guru bimbingan dan konseling dibutuhkan dalam membantu menyelesaikan permasalahan peserta didik yang salah satunya yaitu perilaku membolos peserta didik. Sehingga dengan adanya peran guru bimbingan konseling dapat membantu mengurangi peserta didik yang membolos sekolah, selanjutnya peserta didik

dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar di sekolah sebagaimana mestinya dan peserta didik dapat memperoleh prestasi belajar seperti teman-teman seusianya. Adapun salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk mengurangi peserta didik yang membolos yaitu menggunakan konseling individu.

Konseling individu mempunyai makna spesifik yaitu pertemuan antara konselor dengan konseli secara individu atau perorangan, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.¹⁰

Konseling individu adalah sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh ahli bimbingan dan konseling kepada seorang konseli secara perorangan atau individu bertujuan untuk membantu konseli memecahkan masalahnya, melalui konseling individu atau konseling perorangan, konseli akan memahami dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya, serta kemungkinan upaya untuk mengatasi masalahnya, dengan kata lain, konseling individu bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami konseli.¹¹

Behavior contract (kontrak perilaku) adalah kesepakatan baik tertulis maupun tidak antara dua pihak atau lebih dimana salah satu atau kedua orang sepakat untuk terlibat dalam sebuah perilaku target. Kontrak perilaku menetapkan seluruh detail perilaku target, termasuk dimana perilaku itu akan terjadi, bagaimana perilaku itu akan dilaksanakan, dan kapan perilaku itu harus diselesaikan.¹² Menurut Latipun, *behavior contract* adalah persetujuan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat

¹⁰ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 159.

¹¹ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 158.

¹² Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2016), 405.

memilih perilaku yang realistis dan dapat di terima oleh kedua pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan ganjaran dapat diberikan kepada peserta didik.¹³

Teknik *behavior contract* dipilih karena dalam teknik kontrak perilaku individu dilatih untuk membuat perilaku baru atau mengurangi perilaku negatif dengan memberikan *reward* atau hadiah ketika perilaku yang diinginkan terwujud sehingga perilaku tersebut menjadi konsisten. Kontrak perilaku membantu individu mengurangi perilaku membolos melalui pemberian *reward* kepada peserta didik ketika berhasil memenuhi kesepakatan untuk tidak melakukan perilaku membolos namun jika perilaku tidak sesuai dengan kesepakatan, *punishment* atau hukuman dapat diberikan kepada peserta didik.

SMP Negeri 2 Waway Karya sangat membutuhkan layanan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* yang diselenggarakan oleh guru BK sebagai bentuk penanganan terhadap perilaku membolos, karena layanan ini dirasa sangat dibutuhkan peserta didik untuk dapat mengurangi perilaku membolos saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Kegiatan belajar mengajar merupakan terjadinya interaksi antara guru dengan peserta didik dalam rangka menyampaikan bahan pelajaran kepada peserta didik untuk mencapai tujuan pengajaran.¹⁴

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

¹³ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UPT UMM, 2008), 145.

¹⁴ Eko Prasetyo Aribowo, "Guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 2 Waway Karya", *Wawancara*, 14 Juni 2023.

C. Fokus dan Sub Fokus Penelitian

Penelitian ini difokuskan pada tahap pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

Dalam fokus penelitian ini terdiri atas sub fokus penelitian yaitu mengenai pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang masalah diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan menjadi acuan dalam penelitian ini yaitu “bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran pengetahuan, informasi dan sekaligus referensi yang berupa bacaan ilmiah.

Khususnya pengetahuan tentang pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur dan dapat dijadikan sebagai salah satu acuan bagi peneliti yang secara khusus tentang pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik, serta dapat dijadikan rujukan bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan mendasar khususnya bagi pihak SMP Negeri 2 Waway Karya dan dapat memberikan bahan pertimbangan untuk peneliti sejenis yaitu penelitian yang berkaitan dengan bidang pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Penelitian terdahulu dijadikan sebagai titik acuan untuk penelitian yang akan datang, yang pada nantinya penelitian ini digunakan sebagai perbandingan hasil dari penelitian. Penelitian terdahulu dijadikan sebagai landasan penelitian saat ini, dimana terdapat beberapa karya ilmiah diantaranya yaitu:

1. Skripsi M. Afrizal Anam, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, yang berjudul “Konseling Individu Sebagai Upaya Penanganan Kenakalan Siswa Di SMA Mathla’ul Anwar Desa Karyamulyasari, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lampung Selatan”.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa upaya konseling individu yang dilakukan oleh guru BK dalam rangka membantu siswa mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, sebagai bentuk pencegahan, agar tercipta pola

pikir dan perubahan perilaku yang lebih baik yaitu dengan pendekatan kepada siswa, melakukan identifikasi masalah, memberikan arahan terkait dampak dan akibat kenakalan yang dilakukan, memberikan sanksi sebagai bentuk efek jera bagi siswa yang melakukan kenakalan seperti menulis ayat Al-Qur'an sebanyak 5 halaman, disesuaikan dengan tingkat kenakalan serta diminta menghafal surat pendek pada Al-Quran juz 30, jika hal tersebut tidak dikerjakan dan kenakalan tetap berlanjut maka pemanggilan wali murid akan dilakukan.¹⁵

Terdapat persamaan antara penelitian yang terdahulu dengan penelitian peneliti yaitu sama-sama meneliti tentang konseling individu. Tetapi ada juga perbedaan yang jelas dalam penelitian terdahulu dengan penelitian peneliti, yaitu penelitian terdahulu terfokus pada upaya penanganan kenakalan siswa, sedangkan penelitian peneliti terfokus pada pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos.

2. Skripsi Indah Nur Anugrah Bachtiar, Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar, yang berjudul “Penerapan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Kurang Disiplin Siswa Di SMP Negeri 21 Makassar”.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku kurang disiplin siswa sebelum diberikan teknik *behavior contract* berada pada kategori tinggi dan setelah pemberian teknik *behavior contract* perilaku kurang disiplin berada pada kategori rendah, pelaksanaan penerapan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku kurang disiplin siswa dilaksanakan sebanyak 6 tahap, yaitu: tahap pertama *rational treatment*, tahap kedua memilih tingkah laku yang diubah, tahap ketiga menentukan tingkah laku yang diubah,

¹⁵ M. Afrizal Anam, “Konseling Individu Sebagai Upaya Penanganan Kenakalan Siswa Di SMA Mathla’ul Anwar Desa Karyamulyasari, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lampung Selatan”, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017).

tahap keempat menentukan jenis penguatan, tahap kelima latihan pemberian *reinforcement*, dan tahap ke enam evaluasi kegiatan.¹⁶

Terdapat persamaan antara penelitian yang terdahulu dengan penelitian peneliti yaitu sama-sama meneliti tentang teknik *behavior contract*. Tetapi ada juga perbedaan yang jelas dalam penelitian terdahulu dengan penelitian peneliti, yaitu penelitian terdahulu terfokus pada penerapan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku kurang disiplin siswa, sedangkan penelitian peneliti terfokus pada pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos.

3. Skripsi Andi Sukma Diraga, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Kelompok Melalui Pendekatan *Behavior* Dengan Teknik *Self Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018”.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok melalui pendekatan *behavior* dengan teknik *self contract* dalam mengurangi perilaku membolos peserta didik sudah berjalan dengan baik, dilaksanakan sebanyak 7 sesi konseling yaitu sesi pertama guru BK membina *rapport*, sesi kedua guru BK melakukan *assesment*, sesi ketiga guru BK menerapkan teknik *behavior self contract*, sesi keempat, kelima dan keenam guru BK memberikan perubahan dan *treatment* yang berupa penguatan konseling kelompok berupa motivasi serta memberikan kontrak perilaku yang sudah disetujui antara konseli dan konselor, dan sesi ketujuh guru BK melakukan

¹⁶ Indah Nur Anugrah Bachtiar, “Penerapan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Kurang Disiplin Siswa Di SMP Negeri 21 Makassar”, (Skripsi, Universitas Negeri Makassar, 2021).

evaluasi dan terminasi kepada peserta didik untuk mengetahui sejauh mana sasaran tercapai.¹⁷

Terdapat persamaan antara penelitian yang terdahulu dengan penelitian peneliti yaitu sama-sama meneliti tentang perilaku membolos. Tetapi ada juga perbedaan yang jelas dalam penelitian terdahulu dengan penelitian peneliti, yaitu penelitian terdahulu terfokus pada pelaksanaan konseling kelompok melalui pendekatan *behavior* dengan teknik *self contract*, sedangkan penelitian peneliti terfokus pada pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract*.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹⁸ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian kualitatif (*qualitative research*). Menurut Bogdan dan Taylor menjelaskan bahwa penelitian kualitatif adalah salah satu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dari perilaku orang-orang yang diamati.¹⁹

Agar penelitian ini dapat berjalan sesuai dengan yang diharapkan, maka diperlukan metode penelitian yang sesuai dengan permasalahan yang dibahas, maka metode penelitiannya adalah:

¹⁷ Andi Sukma Diraga, "Pelaksanaan Konseling Kelompok Melalui Pendekatan *Behavior* Dengan Teknik *Self Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017).

¹⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), 22.

¹⁹ V. Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: PT. Pustaka Baru Press, 2014), 19.

1. Jenis dan Sifat Penelitian

a. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk mendapatkan suatu informasi permasalahan di lapangan atau lokasi penelitian.²⁰ Dalam hal ini peneliti mendatangi atau melakukan penelitian secara langsung untuk mendapatkan informasi terkait permasalahan yang terjadi. Adapun yang akan dilakukan peneliti adalah tindakan atau terjun langsung melihat bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik dan data yang diperlukan dalam penelitian ini adalah yang berkenaan dengan pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

b. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif karena berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada dengan menggambarkan, meringkas berbagai kondisi, situasi, atau fenomena realitas sosial yang ada di masyarakat yang menjadi objek penelitian, dan berupaya menarik realitas permukaan sebagai suatu ciri, karakter, sifat, atau gambaran tentang kondisi, situasi, ataupun fenomena tertentu.²¹ Penelitian deskriptif bertujuan untuk pemecahan masalah secara sistematis dan faktual mengenai fakta-fakta dan sifat populasi. Sehingga dalam penelitian ini yang digunakan sifat penelitian adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif karena data yang diperoleh secara langsung

²⁰ Aburrahmat Fathoni, *Metodelogi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 96.

²¹ Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pres, 2014), 87.

dari objek penelitian, yaitu bidang pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya Kecamatan Waway Karya Lampung Timur.

2. Sumber Data

Sumber data adalah subjek dari mana data diperoleh.²² Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sumber data primer dan sumber data sekunder, yang dijabarkan sebagai berikut:

a. Sumber Data Primer

Sumber data primer adalah sumber data pokok yang didapatkan untuk kepentingan dalam penelitian ini. Sumber data primer diperoleh secara langsung dari sumber data aslinya berupa wawancara, pendapat dari individu atau kelompok maupun hasil observasi dari suatu objek, kejadian atau hasil pengujian.²³

Dalam penelitian ini maka pemilihan informan yaitu menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu.²⁴ Oleh karena itu, untuk mendapatkan data maka peneliti akan mengambil beberapa orang yang tepat yang dijadikan informan.

Sumber data yang akan di observasi dan di wawancarai dalam penelitian ini adalah:

- 1) 1 orang guru bimbingan dan konseling
- 2) Kriteria peserta didik sebagai berikut:
 - a) Peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 2 Waway Karya

²² Haris Herdiyansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*, (Jakarta: Selemba Humanika, 2011), 9.

²³ V. Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: PT. Pustaka Baru Press, 2014), 73.

²⁴ *Ibid.*, 74.

b) Peserta didik yang membolos lebih dari 3 kali

Jumlah keseluruhan peserta didik kelas VIII B yaitu 29 orang. Berdasarkan kriteria diatas, maka peneliti mengambil sumber data primer dalam penelitian ini adalah 5 orang. Terdiri atas 1 orang guru bimbingan dan konseling, dan 4 orang peserta didik yang membolos kelas VIII B.

b. Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder adalah data yang telah dikumpulkan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.²⁵ Sumber data sekunder juga merupakan sumber data tambahan atau data pelengkap yang sifatnya untuk melengkapi data-data utama. Dalam penelitian ini data sekunder akan didapat mengenai sejarah SMP Negeri 2 Waway Karya, visi dan misi, sarana dan prasarana, struktur organisasi dan lain sebagainya yang berkenaan dengan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini dimana masing-masing teknik mempunyai kelebihan dan kekurangan sendiri-sendiri, sehingga penggunaan beberapa teknik pengumpulan data secara bersama-sama diharapkan akan saling melengkapi satu sama lain. Dalam penelitian teknik yang digunakan peneliti untuk menghimpun data antara lain sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi dan sistematis antara pewawancara (*interviewer*) dengan individu yang

²⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 137.

diwawancarai (*interviewee*). Wawancara berfungsi untuk memahami berbagai potensi, sikap, pikiran, perasaan, pengalaman, harapan, dan masalah, serta memahami potensi dan kondisi lingkungannya baik lingkungan pendidikan, masyarakat, maupun lingkungan kerjanya.²⁶

Wawancara terdiri dari dua jenis yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang digunakan apabila peneliti telah mengetahui dengan pasti tentang informasi apa yang akan diperoleh sehingga peneliti telah menyiapkan instrumen penelitian berupa pertanyaan-pertanyaan tertulis yang alternatif jawabannya pun telah dipersiapkan. Wawancara tidak terstruktur yaitu wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. Pedoman wawancara yang digunakan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan.²⁷

Dalam penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur, dimana peneliti menyiapkan pedoman namun hanya berupa garis-garis besar dan dikembangkan ketika wawancara berlangsung. Metode ini berguna untuk mendapatkan data yang berhubungan dengan pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya.

b. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan secara sistematis dan sengaja, melalui

²⁶ Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes Dalam Pespektif BK Komprehensif*, (Jakarta: PT. Indeks, 2017), 45.

²⁷ Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*, (Yogyakarta: Gelora Aksara Pratama, 2009), Cet Ke 11, 67-68.

pengamatan dan pencatatan gejala-gejala yang diselidiki. Selain itu, observasi harus dilakukan beberapa periode waktu. Walaupun tidak ada ketetapan waktu khusus pada saat pengamatan, akan tetapi semakin lama dan semakin sering dilakukan akan memantapkan reabilitas hasil pengamatan.²⁸

Untuk memperoleh data dilapangan maka peneliti akan melakukan pengamatan secara langsung dilapangan. Peneliti mengumpulkan keterangan dengan melihat, mengamati, kalau perlu merekam dan mencatat perilaku dan ucapan-ucapan dari informan yang relevan. Ada dua jenis observasi antara lain: observasi partisipan dan observasi non partisipan. Dalam observasi partisipan peneliti terlihat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.²⁹

Jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi non partisipan. Metode observasi non partisipan ini dilakukan dengan cara peneliti berada dilokasi penelitian hanya pada saat melaksanakan penelitian tidak terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan masalah yang diteliti.³⁰ Adapun data yang dicari dengan metode ini, yaitu bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya. Metode observasi digunakan untuk melengkapi data yang tidak diperoleh dari metode wawancara dan dokumentasi.

²⁸ Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes Dalam Pespektif BK Komprehensif*, (Jakarta: PT. Indeks, 2017), 55-57.

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), 310.

³⁰ V. Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: PT. Pustaka Baru Press, 2014), 73.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik mencari data mengenai hal-hal variabel yang berupa catatan atau dokumen, surat kabar dan sebagainya. Metode dokumentasi menjadi pendukung dari penggunaan metode wawancara dan observasi pada penelitian.³¹ Sehingga hasil penelitian akan lebih dapat dipercaya karena didukung dengan dokumen-dokumen yang sesuai dengan data yang dibutuhkan. Data yang diambil dalam penelitian ini meliputi data tentang sejarah berdirinya SMP Negeri 2 Waway Karya, visi dan misi, daftar guru, serta dokumen lainnya tentang SMP Negeri 2 Waway Karya. Demikian dilakukan untuk menjadi metode penunjang dalam pengumpulan data yang berkenaan dengan pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya.

4. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat dipahami dan temuannya dapat di informasikan kepada orang lain.³² Dalam penelitian kualitatif, analisis data dilakukan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data yang dilakukan penelitian. Dalam penelitian ini penulis menggunakan analisis data model Miles dan Huberman antara lain:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting,

³¹ Jalaludin Rahmat, *Metode Penelitian Komunikasi*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), 97.

³² Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rieneka Cipta, 2010), 244.

dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu dan yang dilaksanakan selama berlangsungnya proses penelitian dan mengatur data sedemikian sehingga dapat ditarik kesimpulan akhir.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah rangkaian informasi yang memungkinkan kesimpulan riset dapat dilakukan dengan melihat penyajian data maka peneliti akan dapat mengerti apa yang terjadi serta memungkinkan untuk mengerjakan sesuatu pada analisa oleh tidakan lain yang berdasarkan pengertian tersebut.

Milles dan Huberman mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan penyajian data adalah menyajikan sekumpulan informasi yang terus memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan teks yang bersifat naratif, selain itu juga dapat berupa grafik, matrik, bagan dan jaringan. Sehingga memudahkan dalam menggambarkan rincian secara keseluruhan dan pengambilan kesimpulan.³³

c. Penarikan Kesimpulan

Dari penyajian data yang sudah tersusun maka selanjutnya penelitian data yaitu menarik kesimpulan, penarikan kesimpulan untuk melihat apakah penelitian pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik sudah tercapai atau belum.³⁴

I. Sistematika Pembahasan

Penelitian ini disusun dalam suatu laporan penelitian yang terdiri atas lima bab. Setiap bab memiliki beberapa sub-sub bab yang sesuai dengan tema-tema pembahasan yang dibutuhkan

³³ Elvinora Ardianto, *Metode Penelitian Untuk Public Relations*, (Bandung: Simbiosis Rekatam Media, 2016), 193.

³⁴ Milles, Mattew B dan Amichael Huberman, *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru*, (Jakarta: Universitas Indonesia, 2007), 16-18.

agar dapat mempermudah dalam pemahaman dengan pembahasan yang sistematis dan terarah, maka penulisan ini disusun sebagai berikut:

Pada bagian awal meliputi halaman judul, abstrak, surat pernyataan, halaman persetujuan, halaman pengesahan, motto, persembahan, riwayat hidup, kata pengantar, daftar isi, daftar bagan, daftar tabel dan lampiran.

Bab I adalah pendahuluan. Pada Bab ini terdiri dari beberapa sub bab yaitu penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian, dan sistematika pembahasan. Hal ini dimaksudkan sebagai kerangka awal dalam mengantarkan isi pembahasan kepada bab selanjutnya.

Bab II adalah landasan teori. Pada bab ini berisi kajian teori tentang landasan teori. Landasan teori ini terdiri dari tiga sub bab yaitu sub bab pertama tentang konseling individu, meliputi pengertian konseling individu, tujuan konseling individu, tahap-tahap konseling individu, teknik konseling individu. Sementara untuk sub bab kedua tentang teknik *behavior contract*, meliputi pengertian *behavior contract*, prinsip dasar *behavior contract*, tujuan *behavior contract*, manfaat *behavior contract*, tahap-tahap *behavior contract*, kelebihan dan kekurangan *behavior contract*. Sementara untuk sub bab ketiga tentang perilaku membolos yang meliputi pengertian perilaku membolos, faktor penyebab perilaku membolos, ciri-ciri peserta didik yang sering membolos, dampak negatif perilaku membolos.

Bab III adalah gambaran umum penelitian. Bab ini berisi tentang gambaran umum SMP Negeri 2 Waway Karya, gambaran umum ini terdiri dari dua sub bab yaitu sub bab pertama tentang profil SMP Negeri 2 Waway Karya, meliputi sejarah berdirinya SMP Negeri 2 Waway Karya, visi dan misi, struktur organisasi, daftar guru dan pegawai, sarana dan prasarana, dan data informan. Sementara untuk sub bab kedua tentang pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior*

contract untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya.

Bab IV adalah analisis data penelitian dan temuan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan fakta dan terarah. Bab ini berisi tentang analisis pelaksanaan konseling individu dengan menggunakan teknik *behavior contract* untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik di SMP Negeri 2 Waway Karya.

Bab V adalah penutup. Pada bab ini merupakan bagian akhir yang berisikan kesimpulan dan saran.





BAB II

KONSELING INDIVIDU DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *BEHAVIOR CONTRACT* UNTUK MENGURANGI PERILAKU MEMBOLOS

A. **Konseling Individu**

1. **Pengertian Konseling Individu**

Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "menerima" atau "memahami". Sedangkan dalam bahasa Anglo-Saxon istilah konseling berasal dari "*sellan*" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan". Menurut Maclean konseling merupakan suatu proses interaksi yang dilakukan secara tatap muka antara seorang individu yang terganggu oleh adanya masalah-masalah yang tidak dapat diatasinya sendiri dengan seorang pekerja profesional, yaitu orang yang telah terlatih dan berpengalaman membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi.¹

Konseling individu mempunyai makna spesifik dalam arti pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.²

Konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.³ Konseling individu

¹ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 99-100.

² Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 159.

³ Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2015), 105.

berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara konselor dengan konseli yang membahas berbagai masalah yang dialami konseli.⁴ Konseling individu membantu individu agar individu dapat menyadari dirinya sendiri dan dapat memberikan reaksi terhadap pengaruh-pengaruh lingkungan yang diterimanya, selanjutnya membantu yang bersangkutan menentukan beberapa makna pribadi bagi tingkah laku tersebut dan mengembangkan serta memperjelas tujuan-tujuan dan nilai-nilai untuk perilaku dimasa yang akan datang. Proses konseling individu merupakan relasi antara konselor dengan konseli dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan konseli. Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan konseli itu sendiri. Hal ini amat perlu ditekankan sebab sering kejadian terutama pada konselor pemula atau yang kurang profesional, bahwa subjektifitas dia amat menonjol di dalam proses konseling. Seolah-olah mengutamakan tujuan konselor sementara tujuan konseli terabaikan.⁵

Berdasarkan uraian para tokoh diatas disimpulkan bahwa konseling individu adalah suatu layanan yang memungkinkan individu mendapatkan layanan langsung secara tatap muka untuk mengentaskan masalah pribadi yang dihadapi dan perkembangan dirinya.

2. Tujuan Konseling Individu

Tujuan umum konseling individu adalah membantu konseli kembali menyusun masalahnya dan menyadari kehidupannya yang salah yang dapat menimbulkan permasalahan serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri, pikiran-pikiran negatif, serta perasaan-perasaan inferioritasnya, konselor dapat membantu konseli dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan

⁴ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 158.

⁵ Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 159.

sekitarnya, konseli bisa mengatasi agar inferioritasnya saat dia melakukan kehidupan sosial.

Mengutip pendapat Krumboltz dalam buku “Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik”, karya Dr. Namora Lumongga Lubis, M.Sc tujuan konseling dikelompokkan menjadi tiga jenis, yaitu:

a. Mengubah penyesuaian perilaku yang salah

Penyesuaian perilaku yang salah adalah perilaku yang secara psikologis mengarah pada perilaku patologis, penyesuaian perilaku yang salah inilah yang akan diubah menjadi perilaku yang sehat yang tidak mengandung indikasi adanya hambatan atau kesulitan mental. Hal ini dilakukan agar konseli memiliki perkembangan kepribadian yang baik, konseli akan disadarkan bahwa perilakunya salah dan konseli dijadikan mengerti bagaimana harus keluar dari kondisi tersebut.⁶

b. Belajar membuat keputusan

Membuat keputusan tidak mudah dilakukan oleh konseli, padahal itu harus dilakukan sebagai bagian dari tujuan konseling, banyak konseli yang datang pada konselor karena ketidakmampuannya membuat keputusan dan selalu merasa bimbang terhadap pilihan hidupnya, jadi perlu dicatat proses konseling bukan hanya proses analisis yaitu penyaluran beban emosional konseli selama ini hanya ditanggung dirinya sendiri, tetapi juga membutuhkan kemampuan, keterampilan, keberanian untuk mengatasinya, membuat keputusan diawali dengan mengidentifikasi alternatif, memiliki alternatif, serta memprediksi sebagai konsekuensi dari keputusannya, dalam hal ini tugas konselor adalah memberikan dorongan untuk berani membuat keputusan walaupun dengan resiko

⁶ Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2011), 64.

yang sudah dipertimbangkan sebagai konsekuensi alamiah, seorang konseli harus belajar memperkirakan konsekuensi-konsekuensi yang akan timbul berkenaan dengan pengorbanan pribadi, waktu, tenaga dan uang.

c. Mencegah munculnya masalah

Mencegah masalah dalam pembahasan bukanlah mencegah sebelum munculnya masalah seperti yang kita ketahui secara umum, tetapi dapat diketahui bahwa tujuan konseling adalah mencegah agar masalah tidak menimbulkan hambatan dikemudian hari, mencegah agar masalah yang dihadapi tidak bertambah berat atau berkepanjangan, dan mencegah agar masalah tidak menimbulkan gangguan yang menetap.⁷

3. Tahap-tahap Konseling Individu

Untuk melaksanakan proses konseling individu terdapat beberapa tahapan untuk melaksanakannya agar hubungan antara konselor dan konseli berjalan dengan baik. Karena dari suatu tahapan akan menimbulkan suatu hal yang baru berupa pandangan, sikap dan pemikiran. Tahapan-tahapan dalam konseling individu yaitu sebagai berikut:

a. Menentukan masalah

Menentukan masalah dalam proses konseling dapat dilakukan dengan terlebih dahulu melakukan identifikasi masalah (identifikasi kasus-kasus) yang dialami oleh konseli.⁸

b. Pengumpulan data

Setelah ditetapkan masalah yang akan dibicarakan dalam konseling, selanjutnya adalah pengumpulan data konseli. Data konseli yang

⁷ Ibid., 65.

⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), 301.

dikumpulkan harus secara komprehensif (menyeluruh) yang meliputi: data diri, data orang tua, data data pendidikan, data kesehatan, dan data lingkungan.

Data-data konseli diatas dapat dikumpulkan dengan cara tes dan non tes. Pengumpulan data konseli dengan tes dapat mencakup: tes kecerdasan (*IQ*), tes hasil belajar, tes bakat, minat, dan lain sebagainya. Pengumpulan data konseli dengan cara non tes seperti: observasi atau pengamatan, angket atau daftar isian, wawancara, sosiometri, biografi atau catatan harian, pemeriksaan fisik atau kesehatan, studi kasus, kunjungan rumah, dan lain sebagainya.⁹

c. Analisis data

Data-data konseli yang telah dikumpulkan selanjutnya dianalisis. Data hasil tes bisa dianalisis secara kuantitatif dan data hasil non tes dianalisis secara kualitatif.¹⁰

d. Diagnosis

Diagnosis merupakan usaha konselor menetapkan latar belakang masalah atau faktor-faktor penyebab timbulnya masalah pada konseli.

e. Prognosis

Setelah diketahui faktor-faktor penyebab timbulnya masalah pada konseli selanjutnya konselor menetapkan langkah-langkah bantuan yang akan dialami. Jenis bantuan apa yang bisa diberikan sesuai dengan masalah yang dihadapi oleh konseli.

f. Terapi

Setelah ditetapkan jenis atau langkah-langkah pemberian bantuan selanjutnya adalah melaksanakan jenis bantuan yang telah ditetapkan.¹¹

⁹ Ibid., 302.

¹⁰ Ibid., 303.

¹¹ Ibid., 304.

g. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk melihat apakah upaya bantuan yang telah diberikan memperoleh hasil atau tidak.¹²

Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan yaitu, tahap awal konseling, tahap pertengahan (tahap kerja), dan tahap akhir konseling.

a. Tahap Awal Konseling

Tahap awal ini terjadi sejak konseli bertemu konselor hingga berjalan proses konseling dan menemukan definisi masalah konseli atas dasar isu, kepedulian, atau masalah konseli. Adapun proses konseling tahap awal adalah sebagai berikut:

1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli

Apabila konseli terlibat berdiskusi dengan konselor didalam proses konseling, maka hubungan konseling akan bermakna. Keberhasilan konseling diantaranya sangat ditentukan oleh tahap awal ini. Kunci keberhasilan tahap ini di antaranya ditentukan oleh keterbukaan konselor dan keterbukaan konseli. Keterbukaan konseli untuk mengungkapkan isi hati, perasaan, dan harapan sehubungan dengan masalah ini akan sangat bergantung pada kepercayaan konseli terhadap konselor. Konselor hendaknya mampu menunjukkan kemampuannya untuk dapat dipercaya oleh konseli, tidak pura-pura, asli, mengerti dan menghargai konseli. Pada tahap ini konselor hendaknya mampu melibatkan konseli untuk terus menerus dalam proses konseling agar proses konseling berjalan lancar dan tujuan konseling segera tercapai.

¹² Ibid., 305.

2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Jika hubungan konseling telah terjalin dengan baik dan konseli sudah melibatkan diri, berarti kerjasama antara konselor dengan konseli bisa dilanjutkan. Sering konseli hanya mengetahui gejala-gejala masalah yang dialaminya, tetapi tidak mudah untuk menjelaskan masalahnya. Oleh karena itu, konselor sangat penting dalam memperjelas masalah konseli. Begitu pun jika konseli tidak mengetahui potensinya, maka tugas konselor membantu mengembangkan potensi diri konseli, memperjelas masalah, dan mengidentifikasi masalah bersama-sama.

3) Membuat penaksiran dan penjajakan

Usaha konselor untuk menjajaki atau menaksir peluang mengembangkan masalah dan merancang bantuan yang nantinya akan diberikan, yaitu konselor membangkitkan potensi diri konseli dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai dengan antisipasi masalah.¹³

4) Menegosiasikan kontrak

Kontrak adalah perjanjian antara konselor dengan konseli. Hal itu mengenai kontrak waktu, kontrak tugas, dan kontrak kerjasama antara konselor dengan konseli dalam proses konseling. Tujuan kontrak ini menggariskan kegiatan konseling antara konselor dengan konseli. Berarti kontrak menyimpan makna bahwa konseling ini merupakan masalah yang saling mendukung dan bukan hanya pekerjaan konselor. Kontrak juga menyimpan makna tanggung jawab konseli dan ajakan untuk berpartisipasi dalam proses konseling.

¹³ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2017), 10.

b. Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Berdasarkan kejelasan masalah konseli yang telah disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah 1) penjelajahan masalah yang dialami konseli, 2) bantuan apa yang akan diberikan kepada konseli, berdasarkan penilaian kembali apa yang telah dijelajah tentang masalah konseli. Tahap ini adalah tahap *action*.

Menilai kembali masalah konseli akan membantu konseli untuk memperoleh pemahaman baru dan alternatif baru, yang mungkin berbeda dengan sebelumnya. Pemahaman ini akan membantu dalam membuat keputusan dan tindakan apa yang akan digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Dengan adanya pemahaman baru berarti ada dinamika pada diri konseli untuk melakukan perubahan dalam mengatasi masalahnya. Adapun tujuan pada tahap pertengahan ini sebagai berikut:

- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah serta kepedulian konseli dan lingkungannya dalam mengatasi masalah tersebut.

Dengan penjelajahan ini, konselor berusaha agar konselinya mempunyai pemahaman dan alternatif baru terhadap masalah yang dialaminya. Konselor mengevaluasi kembali bersama konseli untuk bersama-sama menilai masalah yang dialami konseli. Jika konseli antusias, berarti konseli sudah begitu terbuka dalam proses konseling. Dia akan melihat masalahnya dari sudut pandang yang berbeda lebih objektif dengan berbagai alternatif.

- 2) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara.

Hal ini dapat terjadi jika konseli merasa senang terlibat dalam proses konseling dan merasa butuh untuk mengembangkan potensi dirinya dalam mengatasi masalah yang dialaminya. Kondisi ini

juga bisa tercipta jika konselor berupaya serta kreatif menggunakan berbagai variasi keterampilan konseling serta memelihara keramahan, empati, kejujuran, keahlian dalam memberikan bantuan konseling. Kreativitas yang dimiliki oleh konselor sangat diperlukan untuk membantu konseli dalam menemukan berbagai alternatif sebagai upaya untuk menyusun rencana bagi penyelesaian masalah dan pengembangan diri.¹⁴

3) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

Kontrak ini disepakati untuk benar-benar memperlancar proses konseling. Untuk itu konselor dan konseli agar selalu mematuhi perjanjian dan selalu mengingatkannya. Namun demikian untuk memperlancar proses konseling, konselor boleh menambah kontrak lainnya dengan konselinya (fleksibel).

c. Tahap Akhir Konseling

Tahap ini disebut dengan istilah *termination*. Pada tahap ini, konseling ditandai oleh beberapa hal berikut ini:

- 1) Menurunnya kecemasan konseli. Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- 2) Adanya perubahan perilaku konseli kearah yang lebih positif, sehat dan dinamis.
- 3) Adanya tujuan hidup di masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- 4) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialaminya, dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar, seperti orang tua, teman, keadaan yang

¹⁴ Ibid., 11.

tidak menguntungkan, dan lainnya. Jadi, konseli sudah berpikir secara realistis dan percaya diri.

Tujuan tahap akhir ini adalah sebagai berikut:

- 1) Memutuskan perubahan sikap dan perilaku yang memadai. Konseli dapat mengambil keputusan, karena dia sejak awal sudah membuat berbagai alternatif dan mendiskusikannya dengan konselor. Kemudian putuskan alternatif mana yang terbaik. Pertimbangan keputusan itu tentunya berdasarkan kondisi objektif yang ada di dalam dan diluar diri konseli. Sekarang dia sudah berpikir realistis dan mengetahui keputusan yang mungkin dapat dilaksanakan sesuai tujuan utama yang di inginkan.
- 2) Terjadinya *transfer of learning* pada diri konseli. Dari proses konseling, konseli belajar tentang perilakunya dan hal-hal yang membuatnya terbuka untuk mengubah perilakunya diluar proses konseling. Artinya, konseli merasa perlu adanya perubahan dari hubungan konseling.
- 3) Melaksanakan perubahan perilaku. Di akhir konseling, konseli melihat adanya perubahan di dalam dirinya. Karena dia itu datang untuk mencari bantuan, jadi dia sadar akan perlunya perubahan.
- 4) Mengakhiri hubungan konseling. Mengakhiri konseling harus atas persetujuan konseli. Sebelum konseling selesai, konseli memiliki beberapa tugas yaitu: pertama, membuat kesimpulan mengenai hasil proses konseling. Kedua, mengevaluasi jalannya proses konseling. Ketiga, membuat janji dengan konselor untuk pertemuan berikutnya.¹⁵

¹⁵ Ibid., 12.

4. Teknik Konseling Individu

Beberapa teknik yang dilakukan untuk melakukan proses konseling individu yaitu:

a. Perilaku *attending*

Perilaku *attending* merupakan upaya konselor menghampiri konseli yang diwujudkan dalam bentuk perilaku seperti kontak mata, bahasa tubuh dan bahasa lisan. Perilaku *attending* yang baik harus mengombinasikan ketiga komponen tersebut sehingga akan memudahkan konselor untuk membuat konseli terlibat pembicaraan dan terbuka. *Attending* yang baik dapat meningkatkan harga dirikonseli, menciptakan suasana yang aman dan akrab, mempermudah ekspresi perasaan konseli dengan bebas.

Pada teknik *attending* ini konselor berusaha membangun hubungan yang hangat dengan konseli dengan cara menyambut konseli dengan ramah tamah ketika masuk ruangan sehingga konseli merasa dihargai dan dapat mempercayai konselor.

b. Empati

Berempati merupakan perwujudan dari sikap dan emosi konselor ke dalam suatu perbuatan yang dapat memahami dan merasakan apa yang dirasakan konseli tanpa ikut larut ke dalam perasaan konseli. Empati juga dimaksudkan sebagai kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan konseli, merasa dan berfikir bersama. Empati ini ada dua macam yaitu: pertama, empati primer yaitu kemampuan konselor memahami perasaan, keinginan dan pengalaman konseli. Kedua, empati tingkat tinggi yaitu kemampuan konselor memahami perasaan, pikiran, keinginan, serta pengalaman konseli secara lebih mendalam dan menyentuh konseli karena konselor ikut dengan perasaan tersebut.

Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan konseli, merasa dan berpikir bersama konseli dan bukan untuk atau tentang konseli. Empati dilakukan bersamaan dengan *attending*, maksudnya bahwa perilaku *attending* tidak akan ada tanpa empati.¹⁶

Pada teknik empati konselor berusaha sebisa mungkin untuk memahami keadaan konseli dan dapat merasakan perasaan yang konseli alami. Dengan memberikan rasa empati kepada konseli, maka ia akan merasa bahwa masih ada orang yang dapat memahami dan merasakan kesedihan yang sedang dialami.

c. Refleksi

Refleksi adalah keterampilan konselor untuk memantulkan kembali kepada konseli tentang perasaan, pikiran dan pengalaman konseli sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbalnya. Refleksi terbagi atas tiga jenis, yaitu:

- 1) Refleksi perasaan yaitu keterampilan konselor untuk dapat memantulkan (merefleksikan) perasaan konseli sebagai hasil pengamatan verbal dan nonverbal terhadap konseli.
- 2) Refleksi pengalaman yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan kembali pengalaman-pengalaman konseli sebagai hasil pengamatan perilaku verbal dan nonverbal.
- 3) Refleksi pikiran yaitu keterampilan konselor untuk memantulkan ide, pikiran dan pendapat konseli sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan nonverbal konseli.¹⁷

¹⁶ Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2019), 160.

¹⁷ *Ibid.*,162.

d. Eksplorasi

Eksplorasi merupakan keterampilan konselor untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli. Teknik ini dalam konseling sangat penting karena umumnya konseli tidak mau terus terang (tertutup), menyimpan rahasia batin, menutup diri atau tidak mampu mengemukakannya secara terus terang. Eksplorasi memungkinkan konseli untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan, dan terancam. Eksplorasi ada tiga macam, yaitu:

- 1) Eksplorasi perasaan yaitu keterampilan konselor untuk menggali perasaan konseli yang tersimpan.
- 2) Eksplorasi pikiran yaitu keterampilan konselor untuk menggali ide, pikiran, dan pendapat konseli.
- 3) Eksplorasi pengalaman yaitu keterampilan atau kemampuan konselor untuk menggali pengalaman-pengalaman konseli yang telah dilaluinya.

e. Menangkap pesan (*Paraphrasing*)

Sering konseli mengemukakan pikiran, ide, perasaan, pengalaman secara berbelit-belit dan tidak terarah sehingga intinya sulit dipahami. Untuk memudahkan konseli memahami ide, perasaan, dan pengalamannya, seorang konselor perlu menangkap pesan utama dari apa yang disampaikan oleh konseli dan menyampaikannya kepada konseli dengan bahasa konselor sendiri. Tujuan *paraphrasing* antara lain adalah mengatakan kembali esensi atau inti ungkapan konseli.¹⁸

f. Pertanyaan terbuka (*Open Question*)

Pertanyaan terbuka (*open question*) yaitu teknik untuk memancing konseli agar mau berbicara mengungkapkan perasaan, pengalamannya dan pemikiran. Pertanyaan-pertanyaan terbuka (*open*

¹⁸ Ibid., 164.

question) sangat diperlukan untuk memunculkan pernyataan-pernyataan baru dari konseli. Untuk memulai bertanya sebaiknya jangan menggunakan kata “mengapa” dan “apa sebabnya”, sebaiknya gunakan kata-kata sebagai berikut untuk mengawali pertanyaan: apakah, bagaimana, adakah, bolehkah, atau dapatkah.

Untuk memulai bertanya, sebaiknya tidak menggunakan kata mengapa dan apa sebabnya, pertanyaan semacam ini akan menyulitkan konseli membuka wawasannya. Di samping itu akan menyulitkan konseli jika dia tidak tahu apa sebab suatu kejadian, atau sengaja dia tutupi karena malu. Akibatnya bisa diduga, yaitu konseli akan tertutup dan akhirnya tujuan konseling tidak akan tercapai.¹⁹

g. Pertanyaan tertutup (*Closed Question*)

Dalam konseling tidak selamanya menggunakan pertanyaan yang terbuka. Dalam hal-hal tertentu, dapat pula digunakan pertanyaan tertutup yang harus di jawab dengan kata “ya” atau “tidak”, atau dengan kata-kata singkat. Tujuan bertanya tertutup adalah untuk mengumpulkan informasi, untuk menjernihkan atau memperjelas sesuatu dan menghentikan omongan konseli yang melantur atau menyimpang jauh.

h. Dorongan minimal (*Minimal Encouragement*)

Dorongan minimal adalah suatu dorongan langsung yang singkat terhadap apa yang telah dikatakan konseli. Dorongan minimal bertujuan untuk membuat konseli terus berbicara dan dapat mengarahkan agar pembicaraan mencapai tujuan. Dorongan minimal diberikan secara selektif, yaitu ketika konseli menunjukkan tanda-tanda akan mengurangi atau menghentikan pembicaraan atau pada saat konseli

¹⁹ Ibid., 165.

kurang memusatkan pikirannya pada pembicaraan dan saat konselor ragu terhadap pembicaraan konseli.

i. Interpretasi

Interpretasi merupakan usaha konselor mengulas pikiran, perasaan, dan perilaku atau pengalaman konseli berdasarkan atas teori-teori tertentu. Tujuan utama teknik ini adalah untuk memberikan rujukan, pandangan atau tingkah laku konseli, agar konseli mengerti dan berubah melalui pemahaman dari hasil rujukan baru tersebut.

j. Mengarahkan (*Directing*)

Mengarahkan adalah kemampuan konselor mengajak dan mengarahkan konseli untuk berpartisipasi secara penuh dalam proses konseling, melalui keterampilan ini, konselor mengajak konseli agar berbuat sesuatu atau mengarahkannya agar berbuat sesuatu.

k. Menyimpulkan sementara (*Summarizing*)

Menyimpulkan sementara yaitu teknik untuk menyimpulkan sementara pembicaraan, sehingga arah pembicaraan semakin jelas. Tujuan menyimpulkan sementara adalah memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengambil kilas balik (*feed back*) dari hal-hal yang telah dibicarakan bersama konselor, menyimpulkan kemajuan hasil pembicaraan secara bertahap, meningkatkan kualitas diskusi, dan mempertajam atau memperjelas fokus atau arah wawancara konseling.²⁰

l. Memimpin (*Leading*)

Agar wawancara konseling tidak menyimpang (pembicaraannya terfokus pada masalah yang dibicarakan), konselor harus mampu memimpin arah pembicaraan sehingga tujuan konseling bisa tercapai

²⁰ Ibid.,167.

secara efektif dan efisien. Tujuan dari memimpin dalam konseling yaitu, agar pembicaraan konseli tidak menyimpang dari fokus yang dibicarakan dan agar arah pembicaraan terfokus pada tujuan konseling.

m. Fokus

Konselor yang efektif harus mampu membuat fokus melalui perhatiannya yang terseleksi terhadap pembicaraan dengan konseli. Fokus akan membantu konseli untuk memusatkan perhatiannya pada pokok pembicaraan.

Dalam wawancara konseling selalu ada fokus yang membantu konseli untuk menyadari bahwa persoalan pokok yang dihadapinya. Mungkin banyak masalah yang berkembang didalam wawancara konseling, tetapi konselor harus membantu konseli agar ia memfokuskan pada masalah tertentu.

n. Konfrontasi

Teknik ini dalam konseling dikenal juga dengan “memperhadapkan”. Teknik konfrontasi adalah suatu teknik yang menantang konseli untuk melihat adanya inkonsistensi (tidak konsisten) antara perkataan dengan perbuatan, ide awal dengan ide berikutnya senyum dengan kepedihan. Misalnya konseli menceritakan hal-hal yang sedih tetapi sambil ketawa dan tersenyum gembira. Adapun tujuan teknik ini adalah mendorong konselimenjadikan penelitian diri secara jujur (intropeksi diri secara jujur), meningkatkan potensikonseli, membawa konseli kepada kesadaran adanya diskrepansi (kondisi pertentangan antara harapan seseorang dengan kondisi nyata di lingkungan) dari konseli, inkonsistensi, konflik atau kontradiksi dalam dirinya.

o. Menjernihkan (*Clarifying*)

Keterampilan menjerihkan adalah kemampuan konselor menjernihkan atau memperjelas ucapan-

ucapan konseli yang samar-samar, kurang jelas, dan agak meragukan. Tujuan keterampilan ini adalah mengajak konseli untuk menyatakan pesannya secara jelas, agar konseli menjelaskan, dan mengilustrasikan perasaannya.

p. Memudahkan (*Facilitating*)

Memudahkan adalah suatu keterampilan membuka komunikasi agar konseli dengan mudah berbicara dengan konselor dan menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas, sehingga komunikasi dan partisipasi meningkat dan proses konseling berjalan efektif.

q. Diam

Banyak orang yang bertanya tentang kedudukan diam dalam kerangka proses konseling, apakah itu teknik konseling? Sebenarnya diam adalah amat penting dengan cara *attending*. Diam bukan berarti bukan tidak ada komunikasi akan tetapi tetap ada yaitu melalui perilaku nonverbal. Yang paling ideal diam itu paling tinggi 5-10 detik dan selebihnya dapat diganti dengan dorongan minimal. Akan tetapi, jika konselor menunggu konseli yang sedang berpikir mungkin diamnya bisa lebih dari 5 detik, hal ini tergantung feeling konselor.

Tujuan dari diam adalah menanti konseli sedang berpikir, sebagai protes jika konseli berbicara berbelit-belit, menunjang perilaku *attending* dan empati sehingga konseli bebas berbicara.

r. Mengambil inisiatif

Teknik mengambil inisiatif ini dilakukan konselor apabila mendapat konseli kurang bersemangat untuk berbicara, hal ini dapat dilihat dari cara konseli yang sering diam, dan kurang terlibat dalam proses konseling. Dalam hal ini konselor akan mengucapkan kata-kata yang mengajak konseli untuk berinisiatif

dalam menuntaskan diskusi. Tujuan dari teknik ini yaitu untuk mengambil inisiatif jika konseli kurang bersemangat untuk mengambil keputusan, dan jika konseli merasa kesulitan mengambil keputusan serta jika konseli kehilangan arah pembicaraan.

s. Memberi nasehat

Nasehat bisa diberikan kepada konseli apabila ia meminta. Meski demikian pemberian nasehat tetap perlu harus dipertimbangkan. Hal yang harus dijaga untuk memberi nasehat adalah tujuan konseling, yakni kemandirian konseli harus tetap tercapai.²¹

t. Pemberian informasi

Dalam hal informasi yang diminta konseli, sama halnya dengan pemberian nasehat. Jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur katakan bahwa tidak mengetahui hal itu. Akan tetapi, jika konselor mengetahui informasi, sebaiknya upayakan agar konseli tetap mengusahakannya.

u. Merencanakan

Menjelang sesi akhir konseling, konselor harus dapat membantu konseli untuk dapat membuat rencana berupa suatu program untuk *action*, perbuatan nyata yang produktif bagi kemajuan dirinya. Suatu rencana yang baik adalah hasil kerjasama konselor dengan konseli.

Pada pelaksanaan layanan konseling maka perlu adanya teknik merencanakan, pada teknik ini konselor membantu konseli untuk merencanakan tugas guna memecahkan masalah yang sedang dihadapi, perencanaan ini dilakukan oleh kedua belah pihak yaitu konselor dan konseli.

²¹ Ibid.,170.

v. Menyimpulkan

Pada akhir sesi konseling, konselor membantu konseli untuk menyimpulkan hasil pembicaraan yang menyangkut tentang bagaimana keadaan perasaan konseli saat ini terutama mengenai kecemasan, dan memantapkan rencana konseli.²²

Pada teknik menyimpulkan ini konselor membantu konseli untuk menyimpulkan tentang keadaan yang dirasakan konseli pada saat ini dan memantapkan rencana konseli untuk kedepannya.

B. Behavior Contract

1. Pengertian Behavior Contract

Behavior contract (kontrak perilaku) merupakan proses mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang ingin dicapai berdasarkan kontrak dengan konselor.²³ Menurut Latipun, *behavior contract* adalah kesepakatan antara dua orang atau lebih (konselor dan konseli) untuk mengubah perilaku tertentu pada konseli. Konselor dapat memilih perilaku yang realistis dan dapat diterima oleh kedua belah pihak. Setelah perilaku dimunculkan sesuai dengan kesepakatan yang berlaku, ganjaran dapat diberikan kepada konseli. Dalam terapi ini ganjaran positif terhadap perilaku yang dibentuk lebih dipentingkan dari pada pemberian hukuman jika kontrak perilaku tidak berhasil.²⁴

Lutfi Fauzan menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan *behavior contract* adalah terjadinya perjanjian antara dua orang atau lebih dalam melakukan kegiatan tertentu. Baik terkait dengan siapa yang melakukan apa yang dilakukan dan kegiatan apa yang akan dilakukan serta dalam

²² Ibid.,172.

²³ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), 172.

²⁴ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UPT UMM, 2008), 120.

hal bagaimana kontrak dapat dibatalkan.²⁵ Sedangkan dalam kamus istilah konseling dan terapi yang dimaksud dengan *behavior contract* adalah terjalannya kesepakatan antara konselor dengan konseli yang berkaitan dengan proses penyembuhan.²⁶

Behavior contract juga dapat diartikan sebagai salah satu teknik yang bertujuan untuk mengurangi perilaku membolos yang diawali dengan adanya perjanjian yang disepakati pada awal pertemuan oleh dua orang individu terkait dengan target perilaku yang ingin dicapai.²⁷

Dari beberapa penjelasan tersebut dapat dipahami bawah yang dimaksud dengan *behavior contract* adalah terjadinya kesepakatan antara dua orang atau lebih dalam rangka melakukan kegiatan konseling untuk proses penyembuhan atau pencapaian tingkah laku yang ingin dicapai.

Behavior contract dapat digunakan untuk mengajarkan perilaku baru, mengurangi perilaku yang tidak diinginkan, atau meningkatkan perilaku yang diharapkan.²⁸

Komponen-komponen *behavior contract*:

- a. Mengidentifikasi perilaku yang akan dimodifikasi
- b. Mendiskusikan ide kontrak perilaku
- c. Mengembangkan kontrak dan menyodorkannya kepada semua pihak yang terlibat
 - 1) Nama konseli
 - 2) Perilaku spesifik yang akan diubah
 - 3) Bagaimana anda akan tahu kapan konseli akan berhasil

²⁵ Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*, (Jakarta: Grafindo Persada Raja, 2006), 66.

²⁶ *Ibid.*, 64.

²⁷ Busmayaril, "Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavior Contract Sebagai Layanan Pada Peserta Didik Yang Memiliki Perilaku Membolos," *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5 No.2, (2018): 1.

²⁸ Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2016), 408.

- 4) *Reinforcement* untuk kinerja yang sukses
 - 5) Konsekuensi wajar untuk ketidakpatuhan
 - 6) Sebuah klausa bonus
 - 7) Tindak lanjut (waktu dan tanggal)
 - 8) Tanda tangan
- d. Garis besar prosedur tindak lanjut
 - e. Menginisiasi programnya
 - f. Mencatat kemajuan dan mengevaluasi hasil-hasil
 - g. Memodifikasi bila perlu²⁹

2. Prinsip Dasar *Behavior Contract*

Menurut Gantina, prinsip dasar kontrak perilaku adalah sebagai berikut:

- a. Adanya penguatan dalam melakukan kontrak
- b. Tidak menunda pemberian *reinforcement*
- c. Kontrak harus dinegosiasikan secara terbuka dan bebas serta disepakati antara konseli dan konselor
- d. Kontrak tidak merugikan satu sama lain
- e. Adanya kejelasan dalam kontrak terkait dengan target tingkah laku, frekuensi dan lamanya kontrak
- f. Pelaksanaan kontrak harus terintegrasi dengan sekolah³⁰

3. Tujuan *Behavior Contract*

Teknik *behavior contract* memiliki beberapa tujuan. Lutfi Fauzan menyebutkan ada beberapa tujuan *behavior contract* yaitu:

- a. Menciptakan situasi baru yang terkait dengan tingkah laku
- b. Menghilangkan tingkah laku yang tidak baik

²⁹ Ibid., 408.

³⁰ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), 172.

- c. Memantapkan tingkah laku baru dan mempertahankan
- d. Meningkatkan pilihan pribadi dan menciptakan kondisi baru pada proses pembelajaran³¹

4. Manfaat *Behavior Contract*

Penggunaan teknik *behavior contract* ini memiliki beberapa manfaat diantaranya adalah:

- a. Mengarahkan individu untuk meningkatkan perilaku yang baik dan meninggalkan perilaku yang tidak baik
- b. Membantu untuk menjadikan individu menjadi lebih disiplin dalam bertingkah laku
- c. Meningkatkan tingkat kepercayaan diri individu
- d. Menjelaskan tentang hal yang dapat merubah perilakunya

5. Tahap-tahap *Behavior Contract*

Menurut Gantina terdapat beberapa langkah atau tahap yang perlu untuk dilakukan dalam pembuatan kontrak. Tahap-tahap tersebut adalah:

- a. Memilih tingkah laku yang akan diubah
- b. Menentukan data awal (tingkah laku yang akan diubah)
- c. Menentukan jenis penguatan yang akan diterapkan
- d. Memberikan *reinforcement* setiap saat tingkah laku yang diinginkan untuk ditampilkan sesuai jadwal kontrak yang telah di sepakati
- e. Memberikan penguatan setiap kali tingkah laku yang ditampilkan menetap³²

Menurut Ratna tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik *behavior contract* adalah sebagai berikut:

³¹ Lutfi Fauzan, *Kontrak Perilaku*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2017), 24.

³² Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: PT Indeks, 2016), 173.

- a. Pilih salah satu atau dua perilaku yang akan dikehendaki atau ditangani
- b. Mendeskripsikan perilaku tersebut
- c. Identifikasi ganjaran yang akan mendorong konseli untuk melakukan perilaku yang dikehendaki dengan menyediakan menu penguatan (*reinforcing menu*)
- d. Tetapkan orang yang dapat memberikan *reward* atau membantu konselor menjaga berjalannya perilaku yang dikendaki
- e. Tulis kontrak secara sistematis dan jenis sehingga pihak yang terlibat dapat memahami isi serta tujuan
- f. Tulis kembali kontrak ketika tujuan tidak tercapai
- g. Memonitor perilaku secara *continue* dan membuat solusi
- h. Pilih perilaku lain yang memungkinkan dapat dilakukan konseli mencapai tujuan³³

6. Kelebihan dan Kekurangan *Behavior Contract*

a. Kelebihan

Behavior contract memiliki beberapa kelebihan diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana
- 2) Penerapannya dapat dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
- 3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya
- 4) Di samping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan secara kelompok

³³ Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling*, (Yogyakarta: Deepublish, 2013), 109.

b. Kekurangan

Selain kelebihan *behavior contract* juga memiliki kekurangan, kekurangan tersebut yaitu sebagai berikut:

- 1) Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri
- 2) Jika konselor yang tidak memberikan pelayanan yang baik maka pelatihan tidak dapat berjalan dengan baik pula

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Perilaku Membolos

Perilaku pada dasarnya ditujukan untuk mencapai suatu hal yang di inginkan, dengan kata lain perilaku merupakan suatu tindakan yang di motivasi untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Azwar menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan perilaku adalah reaksi terhadap stimulus yang bersifat sederhana maupun kompleks. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan reaksi seorang individu terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan.³⁴ Membolos sekolah adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah.³⁵

Gunarsa menyebutkan bahwa perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah.³⁶ Menurut Mustaqim dan Wahid perilaku membolos adalah suatu bentuk perbuatan yang dilakukan peserta didik yang dengan sengaja meninggalkan pelajaran

³⁴ Saifuddin Azwar, *Sikap Manusia*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), 9.

³⁵ Soeparwoto, dkk., *Psikologi Perkembangan*, (Semarang: UPTUNNES PRESS, 2007), 211.

³⁶ Singgih Gunarsa, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009),

atau meninggalkan sekolah tanpa izin atau tanpa keterangan.³⁷

Menurut Miller & Plant, perilaku membolos merupakan masalah besar bagi peserta didik didalam dunia pendidikan, apabila perilaku membolos dibiarkan dan diabaikan dapat menyebabkan peserta didik untuk terlibat dalam tindakan nakal.³⁸

Keinginan membolos ini bermacam-macam, ada yang sekedar menghilangkan rasa suntuk karena pelajaran di sekolah atau sedang mempunyai masalah pribadi yang membuat peserta didik tidak berkonsentrasi belajar di sekolah. Membolos adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh peserta didik dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah dengan cara atau meninggalkan sekolah pada jam pelajaran tertentu. Membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakalan peserta didik, yang jika tidak segera diselesaikan atau dicari solusinya dapat menimbulkan dampak yang lebih parah. Oleh karena itu, penanganan terhadap peserta didik yang suka membolos menjadi perhatian yang sangat serius.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan perilaku membolos merupakan sebuah perilaku meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa sepengetahuan pihak sekolah dan tanpa izin yang jelas, dan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

2. Faktor Penyebab Perilaku Membolos

Perilaku membolos terjadi karena banyak faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor tersebut akan diuraikan sebagai berikut:

³⁷ Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, "Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya," *Fokus*, Vol.3, No. 3 (2020): 104.

³⁸ Mille & Plan, "Pembolosan dan Persepsi kinerja Sekolah," *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, Vol. 9, No. 2 (2009): 2.

a. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik bisa berupa karakter peserta didik yang memang suka membolos, dan sekolah hanya dijadikan tempat mangkal dari rutinitas-rutinitas dirumah.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang dipengaruhi dari luar peserta didik. Sebab-sebab eksternal ini berpangkal dari keluarga, pergaulan, salah satu atau pengalaman hidup yang tidak menyenangkan.

Perilaku membolos pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Prayitno dan Amti, ada beberapa faktor yang mempengaruhi peserta didik membolos antara lain yaitu:

- a. Tidak senang dengan sikap atau perilaku guru
- b. Merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru
- c. Merasa dibeda-bedakan oleh guru
- d. Merasa dipojokkan oleh guru
- e. Proses belajar mengajar membosankan
- f. Merasa gagal dalam belajar
- g. Kurang berminat terhadap pelajaran
- h. Terpengaruh oleh teman yang suka membolos
- i. Takut masuk karena tidak mengerjakan tugas
- j. Tidak membayar kewajiban (SPP) tepat waktu³⁹

Perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik pada dasarnya tidak hanya dilatar belakangi karena faktor sekolah saja tetapi ada faktor lain yang juga menjadi penyebab perilaku membolos. Menurut Supriyo, ada

³⁹ Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, "Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya," *Fokus*, Vol.3, No. 3 (2020): 104.

kemungkinan-kemungkinan penyebab dan latar belakang timbulnya kasus ini, antara lain:

- a. Orang tua kurang memperhatikan anaknya
- b. Orang tua terlalu memanjakan anaknya
- c. Orang tua terlalu buas dengan anaknya
- d. Pengaruh teman
- e. Pengaruh mass media (film, teman)
- f. Anak yang belum sadar tentang kegunaan sekolah
- g. Anak yang belum ada tanggung jawab terhadap studinya⁴⁰

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya ada faktor utama yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Faktor tersebut adalah faktor pribadi, faktor keluarga dan faktor sekolah.

3. Ciri-Ciri Peserta Didik Yang Sering Membolos

Menurut Mustaqim dan Wahib, ciri-ciri peserta didik yang suka membolos biasanya dapat ditandai dengan beberapa ciri yang tampak yaitu:

- a. Tidak memperhatikan guru saat menjelaskan mata pelajaran
- b. Memiliki perilaku yang berlebihan seperti dalam berbicara maupun cara berpakaian
- c. Meninggalkan sekolah sebelum jam mata pelajaran usai
- d. Tidak bertanggung jawab pada pendidikannya
- e. Kurang berminat pada mata pelajaran
- f. Tidak memiliki cita-cita
- g. Tidak mengikuti pelajaran
- h. Tidak mengerjakan tugas
- i. Tidak menghargai guru dikelas⁴¹

⁴⁰ Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*, (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2008), 112.

4. Dampak Negatif Perilaku Membolos

Perilaku membolos apabila tidak segera di atasi maka dapat menimbulkan banyak dampak negatif. Supriyo menyatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman yang senasib dan membutuhkan kelompok atau grup yang menjurus ke hal-hal negatif (gang), ganja, obat-obatan keras, dan lain-lain. Dan akibat yang paling fatal peserta didik akan mengalami gangguan dalam perkembangan dalam usaha untuk menemukan identitas dirinya (manusia yang bertanggung jawab).⁴²

Sementara menurut Prayitno, perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain yaitu:

- a. Minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang
- b. Gagal dalam ujian
- c. Hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki
- d. Tidak naik kelas
- e. Penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-temannya⁴³

Dari kedua pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga dapat membawa dampak yang lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, misal dari pencandu narkoba, pengagum *free sex* dan

⁴¹ Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, "Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya," *Fokus*, Vol.3, No. 3 (2020): 104.

⁴² Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*, (Semarang: CV. Nieuw Setapak, 2008), 113.

⁴³ Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, "Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya," *Fokus*, Vol.3, No. 3 (2020): 105.

mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.



DAFTAR PUSTAKA

- Aburrahmat Fathoni, *Metodelogi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta: Rineka Cipta. 2006.
- Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*. Bandung: PT Refika Aditama. 2017.
- Afrizal, *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pres. 2014.
- Andi Mappiare, *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: Grafindo Persada Raja. 2006.
- Bradley T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. 2016.
- Departement Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa*, Cetakan Ke Empat. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama. 2011.
- Elvinora Ardianto, *Metode Penelitian Untuk Public Relations*. Bandung: Simbiosis Rekatam Media. 2016.
- Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks. 2016.
- Gantina Komalasari, dkk, *Asesmen Teknik Nontes Dalam Pespektif BK Komprehensif*. Jakarta: PT. Indeks. 2017.
- Haris Herdiyansyah, *Metode Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Selemba Humanika. 2011.
- Jalaludin Rahmat, *Metode Penelitian Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2002.
- Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: UPT UMM. 2008.
- Lilis Ratna, *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish. 2013.
- Lutfi Fauzan, *Kontrak Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta. 2017.
- Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: Gelora Aksara Pratama. 2009.

- Milles, Mattew B dan Amichael Huberman, *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-Metode Baru*. Jakarta: Universitas Indonesia. 2007.
- Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group. 2011.
- Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka. 2006.
- Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2015.
- Saifuddin Azwar, *Sikap Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2003.
- Singgih Gunarsa, *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia. 2009.
- Soeparwoto, dkk., *Psikologi Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES PRESS. 2007.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta. 2019.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta. 2009.
- _____, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta. 2017.
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010.
- Supriyo, *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: CV Nieuw Setapak. 2008.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Rajawali Pers. 2015.
- V. Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru Press. 2014.
- Yulita Rintyastini, *Bimbingan Dan Konseling Sekolah Menengah Pertama*. Jakarta: Rineka Cipta. 2003.

Sumber Jurnal

Busmayaril, "Konseling Kelompok Menggunakan Teknik Behavior Contract Sebagai Layanan Pada Peserta Didik Yang Memiliki Perilaku Membolos." *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 5, No.2 2018.

Mille & Plan, "Pembolosan dan Persepsi Kinerja Sekolah." *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, Vol. 9, No. 2 2009.

Wulan Dwiyantri Rahayu, Haris Hendriana, Siti Fatimah, "Perilaku Membolos Peserta Didik Ditinjau Dari Faktor-Faktor Yang Melatarbelakanginya." *Fokus*, Vol.3, No. 3 2020.

Sumber Skripsi

Andi Sukma Diraga, "Pelaksanaan Konseling Kelompok Melalui Pendekatan *Behavior* Dengan Teknik *Self Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017).

Indah Nur Anugrah Bachtiar, "Penerapan Teknik *Behavior Contract* Untuk Mengurangi Perilaku Kurang Disiplin Siswa Di SMP Negeri 21 Makassar", (Skripsi, Universitas Negeri Makassar, 2021).

M. Afrizal Anam, "Konseling Individu Sebagai Upaya Penanganan Kenakalan Siswa Di SMA Mathla'ul Anwar Desa Karyamulyasari, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lampung Selatan", (Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2017).

Wawancara

Eko Prasetya Aribowo, "Guru BK SMP Negeri 2 Waway Karya".

Gio Afandi, "Peserta Didik Yang Melakukan Perilaku Membolos".

M. Arifin Ilham, "Peserta Didik Yang Melakukan Perilaku Membolos".

Rahmad Ali Ninansyah, “Peserta Didik Yang Melakukan Perilaku Membolos”.

Revaldo, “Peserta Didik Yang Melakukan Perilaku Membolos”.

